

公民館だより UWANADA★

令和元年9月号

倉吉市上灘公民館

〒682-0811 倉吉市上灘町9番地1

【TEL】22-0640 【FAX】23-6012

【メールアドレス】kouwana@ncn-k.net

【ホームページ】http://www.ncn-k.net/kouwana/



地域探検
スタッフ
募集中!

うわなだ未来塾

～輝く うわなだをめざして～

今年も、地域を知ってもらい地域に愛着と誇りをもてる子に！との思いから、6年生の土曜授業で地域探検を開催します。そこで！当日のスタッフを募集します♪小学生と同行する人だけでなく、交通誘導隊・焼きそば隊を募集中ですので、お願いします。

◆日時…9月28日(土) 8:40～12時頃

◆ルート…上灘小学校～厚生病院～上灘駅跡～土手～勝宿禰神社～上灘公民館(ゴールで、焼きそばを作って食べます)

◆申込…9月12日までに上灘公民館へ
主催 上灘公民館



みんなて
スポーツ

上灘地区大運動会

スポーツの秋となりました。みなさん誘い合ってご参加下さい♡

◆日時…9月22日(日) 午前9時～開会式
(※雨天時は中止…順延無し)

◆場所…上灘小学校・校庭



※詳しくは、全戸配布のプログラムをご覧ください。

主催 上灘地区自治公民館協議会
上灘地区体力づくり振興会
上灘公民館



健康チェック

2019年度

まちの保健室

鳥取看護大学より来ていただき、町の保健室を開催します。看護学生もお待ちしています。あなたの健康チェックにお越し下さい。

◆日時…9月20日(金) 午前10時～

◆会場…上灘公民館・会議室
◆ミニ講話…「家庭血圧のすすめ-血圧が高くなったら-」
◆内容…健康相談、健康ミニ講話、血圧、身長、体重、体脂肪測定、骨密度測定。
◆無料・予約不要です。
主催 上灘公民館・鳥取看護大学



スポーツ教室

～いつでも誰もが楽しめる!～

ファミリーバドミントン

羽根つき遊びとバドミントンをミックスさせた感じで、子どもから年配の方まで「誰もが、いつでも、どこでも、自分の好みや能力に合わせて気軽に楽しめる」スポーツです。みんなで楽しく交流しましょう、(o^o^)

◆日時…10月5・12・19・26日 (毎土) 19:30～

◆場所…上灘小学校 体育館
◆講師…地区スポーツ推進委員
◆申込み…上灘公民館まで(※当日参加もOK!)
◆持ってくる物…上履き、タオル、お茶等
主催 上灘公民館



心と身体 内側から輝こう♪ ヨガで心身ともにリフレッシュ!

ゆったりした呼吸とポーズで無理なくヨガを楽しみましょう。身体と心が少しずつほぐれていく心地良さ、癒される時間と空間を味わってみませんか♪

◆日時…①9月25日、②10月16日
③10月30日(水)
→10:00～11:00

◆場所…上灘公民館
◆講師…山崎あいさん(AIヨガ)
(インターナショナルフィットネス協会ヨガインストラクター 他)
◆持ってくる物…ヨガマット(またはバスタオル)、飲物
◆申込問合せ…上灘公民館まで 主催 上灘公民館

- ◀ 団体活動日 ▶
- エアロビ教室…9月2・9・16・30日
 - のびのびクラブ…9月3・10・21・24日
 - 倉吉ダンスクラブ…9月4・5・6・11・13・20・25・27日
 - ボディリセット…9月2・9・16・23・30日
 - 朗読花みずき…9月2・5・9・12・19・20・26・30日
 - リラックスヨガ…9月2・8・9・15・16・22・23・25・29日
 - 上灘めだか会…9月4・17・24日

【上灘地区人口集計】

	【6月末】	【7月末】
世帯数	2,525 世帯	2,525 世帯
人口	5,501 人	5,483 人
男性	2,562 人	2,551 人
女性	2,939 人	2,932 人

年齢別	人数
0～14歳	776 人
15～64歳	3,115 人
65歳以上	1,592 人

9月 9月のおもな行事予定・使用団体

日	月	内容	時間
2日	月	電気の話&アロマで虫除けスプレー作り	13:30
		運動会賞品選定会	19:30
3日	火	上灘血まわし会	9:00
		シニア交流運動会・踊り練習会	13:30
7日	土	シニア交流運動会(小学校体育館)	9:30
		ピラティス教室	10:00
9日	月	上灘老人クラブ(バットゲームスター)	13:30
10日	火	折り紙倶楽部四季折々	13:30
		定例館長会	19:30
11日	水	給食サービス事業	9:00
		地区民生児童委員(協)研修会	10:00
12日	木	なごもう会	13:30
13日	金	ガラスアート同好会	13:30
14日	土	ピラティス教室	10:00
		打吹川柳会	12:30
20日	金	まちの保健室	10:00
21日	土	ピラティス教室	10:00
22日	日	上灘地区大運動会(小学校 校庭)	9:00
25日	水	給食サービス事業	9:00
		ヨガ教室①	10:00
26日	木	なごもう会	13:30
28日	土	ピラティス教室	10:00
		うわなだ未来塾「地域探検」	8:40

2019秋の婦人服 展示即売会

9/26(水) 9:30～19:00
9/27(木) 9:30～19:00
9/28(金) 9:30～17:00

会場 3F・6Fホール

あなただけの足

オーダーメイドシューズ

ヨヨギ

昭和町 1-107 ☎ 23-1611

～ちょっと 思う事～ 見日町自治公民館 館長 福田 博

「遠くの親戚より近くの他人」という諺(ことわざ)があります。中には「近くの他人より遠くの親戚」という人もまれにはあるのですが、急速に少子高齢化社会が進み、家庭や地域におけるつながりが薄れる中、テレビ・新聞等から孤死や虐待、介護年金、経済的な問題等が日々の生活に直結する様々なニュースが流れてきますが、これらの事は決して他人事ではありません。私たちが住んでいる倉吉市においても人口減少が進む中、高齢者の1人暮らし高齢者夫婦世帯の割合が増加しており、1人ひとりが抱える生活課題も多様化しています。しかし、日常生活での不安や多少の不自由があっても、だれもが住み慣れた地域で家族や近隣の人たちと一緒に暮らしたいと願っています。地域のみなさまの理解と協力を得て、近隣の高齢者の1人暮らし、高齢者夫婦世帯、障がいのある方等、見守りが必要な人に対して積極的な声かけや訪問による安否確認を行うことにより、その人が地域で孤立しないように見守るとともに、住民1人ひとりの理解と協力により安全安心な明るい街づくりを願うものです。

～公民館はつらつ日記～

◎地域・公民館の出来事をお知らせします(^o^)/

7/31 夏休み子どもおやつクッキングで、「ピザ」作りには、生地作りから挑戦し、焼き上がるまでにはデザート「ヨーグルトプリン」も作りました。出来栄も最高で、熱々のピザに大満足でした。



8/2 ちびっ子陶芸教室では、粘土のかたまりを平らにしてから思い思いに形を作っていました。皿やふた付きのコップなどが出来上がりました。後は焼き上がり待ちのみ。楽しみが増えました。



8/5～9 なかなかはかどらない夏休みの宿題ですが、東高のお兄さん・お姉さんに「夏休みお助け隊」として宿題を教わりました。「けいさんドリル」や「パーフェクト夏」に挑戦。今のうちにしまえば後が楽とばかりに真剣に取り組んでいました。



8/7 小学校福祉委員会の児童と民生委員の皆さんで、ふれあい給食の弁当を、1人暮らしのお年寄り宅へ届けました。暑い中でしたが、メッセージを添えて、手渡した真心こもる弁当を喜んで受け取っていただきました。



8/9 青少年学級として、「アナログゲームで遊ぼう♪」と子ども達がゲームで楽しみました。サイコロを転がして進む「カーレース」や、カードゲームの色々な昔ながらのゲームで、グループになり夢中になって遊んでいました。



8/18 「われらわんぱく探検隊！アウトドアを楽しもう♪」と、沢登りで阿弥陀川を登り、冷たい水につかりながら進み楽しみました。中には頭からびしょ濡れの子もいて、暑い夏に、涼しさを満喫しました。



子育て総合支援センターだより

(TEL 22-3914)



子育て支援センター“おひさま”に来て一緒に遊びましょう



9月のご案内

- ☆ 4日(水) おはなしグループ「がらがらどん」のお話会があります。
 - ☆ 10日(火) 『身体測定』が 10:00～11:00、15:00～15:30にあります。
 - ☆ 11日(水) 『身体測定』が 15:00～15:30にあります。(身体測定の日には”おひるねアート”もしています)
 - ☆ 19日(木) アロマ de スッキリラックス
時間: 10:30～11:30 対象: 未就学の子ども保護者(20組程度)
講師: 日本アロマ環境協会認定アロマセラピーインストラクター 水谷 由美子さん
予約が必要です。託児が必要な方はお申込み下さい。
- ※ただし人数に制限があります。*フェイスタオル2枚をご持参下さい。
☆『おひさまベビー』を週2回しています。頭の下に敷くタオルをご持参ください。(木曜日午前11時過ぎから、金曜日午後3時過ぎからです。)
☆『ファミリー・サポート・センター』も併設しています。
お気軽にご相談ください。

○7月25日(木)に♪おひさまわくわくランド♪『新聞紙であそぼう』を開催しました。新聞紙をたっぷり使って、新聞紙のプールに入ったり、折ったりちぎったり貼り合わせたりしながら、親子で楽しく遊ばれてました。



※毎月子育てをお手伝いできるような講習会やイベント等を企画しています。皆さんの参加をお待ちしています。

始めまひょう! ～地区人権教育研究会より～
地域で一緒に住みおひまづくり
～町内学習会に参加しましょう～

- ◆円谷町 10/19(土) 19:00～ 「詐欺から身を守るために」
- ◆米田町 10/24(木) 19:00～ 「インターネットと人権」
- ◆駄経寺町 ①10/5(土)19:00～ 「災害時における人権」
②11月 「人権DVD視聴」
- ◆下田中町 10/16(水) 19:30～ 「県内の相次ぐ差別事象に学ぶ」
- ◆上灘町 10/4(金) 19:00～ 「人間みんな一緒…DVD視聴」
- ◆田内 10月 19:00～ 「災害時における人権について」
- ◆見日町 10月 9:00～ 「発達障がい児について・DVD視聴」
- ◆東巖城町 11/16(土) 14:00～ 「高齢者の人権(認知症)について」
- ◆三明寺東 ⑦7/21(日) 10:00～ 「消費者トラブルから学ぶ」
- ◆三明寺西 10/3(木) 19:30～ 「市内の歴史に学ぶ」
- ◆昭和町 10/4(金) 19:30～ 「相次ぐ差別事象に学ぶ」
- ◆幸町 10/20(日) 13:30～ 「認知症について」

上灘小学校より

2学期スタート

実りの秋をめざして



35日間の夏休みが終わり、校舎内に元気な子どもたちの声が響き渡っています。7月5日(金)に開催した上灘地区教育懇談会(教育を考える会)では、「地域で子どもを育てる」というテーマで活発な話し合いが行われました。夏休みはその実践の場として、地域の皆さまにはとてもお世話になったのではないかと思います。子供会や地域での行事等で「ナナメの関係」づくりができた児童もいるのではないかと思います。子どもたちを見守っていただきありがとうございます。この夏休みに行われた中部小学校水泳大会では、上灘小児童は大活躍でした。15人の児童が中部の代表権を得て、米子市東山水泳場で行われた鳥取県小学校水泳競技大会に出場しました。6年生は、男女ともにメドレーリレーとフリーリレーの両方で代表権を得る快挙を成し遂げました。出場した選手だけでなく、みんなが共に頑張ってきた成果が表れたのだと思います。

さて、2学期が始まりました。始業式では、児童代表が「音楽会やマラソン大会にがんばりたい。算数で自信を持って発表できるようにがんばりたい。宿泊学習で最後までやりきる力を身に付けたい。」など2学期の目標を発表しました。2学期には、10月29日(火)に未来中心で校内音楽会を行います。またマラソン大会もあります。学習に、生活に、そして行事に、めあてを持って取り組んでいけるよう職員一同応援してまいります。保護者の皆さま、地域の皆さま、どうぞよろしくお願い申し上げます。

校庭のブロック塀の工事終了

夏休みを利用して、野球用のバックネット前のブロック塀の改修工事が行われ、8月末で終了しました。バックネット前にあった危険性のあるブロック塀が取り壊され、ほぼ同じ形のコンクリート壁が設置されました。これで安心して活用できます。工事関係者の皆さま、スポ少野球部関係者の皆さま、地域の皆さま、ご理解、ご協力ありがとうございました。

「さわやか」
棘のないバラだ別れはさわやかに
さわやかな笑顔私のハート射る
さわやかなミンツの香り暑さ飛ばす

「水着」
水着つけ午後の日課はたらい風呂
海の中水着の花が満開だ
水着着る勇気以上の恋ごころ

「隠れる」
太陽が隠れ私の至福時
平然と嘘が隠れている社会
秘密基地隠した物が消えちゃった
ゆで卵隠れた肌がつるりむけ

「その他」
無給医が白い巨塔でもがいている
今はもうちやぶ台返しできない世

堂満 青島 岳人
青島 泰山
岡崎美知江
石湯久芽代
酒井美美子
田中紀美恵
田村 紀子
鈴木たけ代
西田 滋
野口 節子
福井 清
湯本 貴

打吹川柳

